

スタッフルーム

こんにちは！スタッフのOです。
最近ではコロナ禍で、密を避けられる屋外でのイベントが増えているそうです。時々益城町でも、キッチンカーやハンドメイド品などが集まるマルシェ（仏語で「市場」の意）をよく見かけるようになりました。



私も先日、カントリーパークで開かれたマルシェに参加しました。あいにくの天気でしたが、早朝からマルシェ好きの人やリピーターさんに足を運んでいただき、うれしい限りです。いろんな人とお知り合いになれたり、手作りの1点物と出会えたり、キッチンカーの美味しい物が食べられたりするの、マルシェの醍醐味♥

これから野外での催事にピッタリの季節です。キッチンカーの出来たてをほお張ったり、ハンドメイドのお気に入り雑貨を見つけたり…と、楽しみがたくさんのマルシェに出掛けてみてはいかがでしょうか♪

『楽♪育ママ塾♡』

子育て相談会開催

乳幼児期の子育ての悩みを楽しく解決する子育て相談会『楽♪育ママ塾♡』が、1月20日と3月17日に開かれ、たくさんの親子が加しました。

当院は今年から乳幼児の発達支援に力を入れており、発達サポートに取り組む原朋子先生が指導を行いました。会では赤ちゃんの成長に合った抱っこの仕方や食具の選び方などを詳しく説明。また授乳法では当院の桂院長も加わり、「正しい授乳がきれいな

歯並びや噛み合わせ、鼻をきちんと使う呼吸につながる」と話すと参加者は真剣に聞き入っていました。

会は今後も定期的開催する予定です。初めての出産や子育ての不安や悩みを楽しく解決していきましょう！



スプーンの形も年齢に合わせたものを選ぶといいですよ

(中央が原朋子先生)

第3回子育て相談会のご案内

- ◆日時…4/21(木)13時～1時間
- ◆対象…生後～1歳児の親子
- ◆テーマ

『よく眠る抱っこの仕方とタッチケア』

- ◆内容
 - *寝付いてもすぐに起きてしまう
 - *毎晩の夜泣きで大変・・・など

- ◆参加費…1,000円/組
- ※参加は事前申込み制の先着順です



90歳を超えても元気に来院される方は、確実に増えています。皆さんに共通しているのは、歩き方も元気で見た目が10歳くらい若く見えること。さらには何かに打ち込んでいたり、ルーチンワークを持たれていたりします▼歌を教えている、大学の非常勤講師を続けている、ゴルフに週2回行く、毎日8千歩以上歩く…など。「健康の秘訣は何ですか？」と聞くと、「規則正しい生活を続ける」「何事も悩まずブラス思考でいる」などと返ってきます▼そこで思い出すのは、大学で教育を受けたという夢を叶えるために、87歳で大学に入学したローズさんの言葉。「私たちは皆、老いたからという理由でチャレンジすることを辞めてしまうのではなく、チャレンジすることを辞めたから老いてしまうのだ、と私は思うのです」▼果たして、自分が年老いたときそんな意欲があるだろうか…。90歳を超えても何かをやり続け、成長したいという目標を持っている方に会うと、輝いて見えるし私の方が元気をもらえます。夢や目標があれば人間は何歳からでも成長できる、そんなことを教えられている気がします。日々診療させていただいている全ての患者さんが私の師匠なのです。

